LE COEUR EST TON NOM, O SEIGNEUR !

1/En quoi tout cet univers existe-t-il ?
Qu'est-ce que tout ceci ? D'où cela s'élève-t-il ?
Pour quelle raison
et de quelle manière tout cela se manifeste-t-il ?
En quoi cela consiste-t-il ?
LE SOI SEUL EN EST LA CAUSE,
CE QUI EXISTE EN REALITE EST LE SOI SEUL.
Le monde, l'âme individuelle et Dieu
n'en sont que des apparences (au Soi).
Ces trois manifestations apparaissent à un moment donné
et disparaissent aussi de même.

2/Ce qui s'élève en tant que "je" dans ce corps est le mental.
Si quelqu'un cherche dans le corps
D'OU LA PENSE JE S'ELEVE (quête « où suis-je ? »)
il découvrira
Q'ELLE S'ELEVE DU COEUR.
De toutes les pensées qui s'élèvent dans le mental,
LA PENSEE « JE » EST LA PREMIERE.
C'est seulement après que les autres pensées s'élèvent.
SANS LE PREMIER PRONOM PERSONNEL
IL N'Y AURA PAS DE SECOND NI DE TROISIEME.

3/La pensée (question) « QUI SUIS-JE ? »
DETUIRA TOUTES LES AUTRES PENSEES
et, comme la baguette que l'on utilise
pour attiser le bûcher funéraire,
elle sera elle-même consumée à la fin.
ALORS SURVIENDRA LA REALISATION DU SOI.

4/Quand le monde qui est "ce qui est vu" est ôté,
il y a réalisation du Soi qui est le voyant.
De même pour la reconnaissance de la corde
qui est le substratum (ce qui existe)
et qui ne se fera pas avant que
LA FAUSSE IDENTIFICATION
avec le serpent illusoire
NE S'EN AILLE.

5/Ce qui est appelé mental est un pouvoir fabuleux
qui réside dans le Soi.

Il est la cause de l'élévation de toutes les pensées.
EN DEHORS DES PENSEES
IL NE PEUT ETRE TROUVE AUCUNE ENTITE SEPAREE
APPELEE MENTAL
Quand le mental sort du Soi, le monde apparaît.
Ainsi, quand le monde apparaît (être réel),
le Soi n'est pas perçu.

6/Tous les êtres vivants désirent être heureux
et sans souffrance.
Chacun observe un amour particulier pour lui-même
ET LE BONHEUR SEUL
EST LA CAUSE DE L'AMOUR.
Pour gagner ce bonheur qui est notre nature véritable
et qui est expérimenté dans l'état de sommeil profond
où le mental n'est pas présent,
ON DOIT SE CONNAITRE SOI-MEME.

7/Pour réaliser cela,
LE CHEMIN DE LA CONNAISSANCE,
la recherche sous la forme
« QUI SUIS-JE ? »
est le moyen par excellence.

8/Dans le Soi il n'y a
ABSOLUMENT AUCUNE PENSE "JE",
cela est appelé
SILENCE.
Le Soi est le monde
Le Soi lui-même est "Je"
Le Soi lui-même est Dieu
TOUT EST LE SOI.

9/Quand le mental se répand en d'innombrables pensées,
CHAQUE PENSE DEVIENT FAIBLE,
mais quand les pensées sont stoppées
LE MENTAL DEVIENT DIRIGE
DANS UNE SEULE DIRECTION ET FORT.
Pour un tel mental la recherche du Soi devient facile.

10/DIEU, LE SOI ET LE GURU
ne sont pas différents.
De la même façon que la proie qui est tombée dans les griffes
du tigre ne peut s'échapper.
CEUX QUI ONT CROISE
LE REGARD BENIN DU GURU

QUE LA GRACE LEUR A PERMIS DE RENCONTRER
SERONT SAUVES PAR CELUI-CI
ET JAMAIS ABANDONNES.
Cependant, chacun doit par ses propres efforts poursuivre
le chemin indiqué par Dieu ou le Guru et
GAGNER LUI MEME LA LIBERATION.
Dieu et le Guru vont seulement
montrer le chemin de la libération,
ils ne vont pas eux-mêmes
emmener l'âme à l'état de réalisation.

11/ Ishta Devata (le Dieu à qui on a choisi de rentre un culte) et
LE GURU
sont des aides très puissantes sur ce chemin.
Pour qu'une aide soit réellement effective,
il faut y ajouter ses propres efforts.
C'EST VOUS QUI DEVEZ VOIR LE SOLEIL.
EST-CE QUE LES LUNETTES ET LE SOLEIL
PEUVENT VOIR POUR VOUS ?

12/Sans le désirer ni le décider et sans effort, le soleil se lève
et en sa simple présence la pierre émet le feu,
le lotus s'épanouit, les eaux s'évaporent,
les gens remplissent leurs diverses tâches et ainsi de suite.
DIEU NE DECIDE RIEN
AUCUNE ACTION (Karma) NE LUI EST ATTACHEE,
RIEN NE LE TOUCHE
comme le soleil qui n'est pas affecté
par l'activité du monde.

13/ABSENCE DE DESIR EST SAGESSE,
les deux sont identiques.
L'absence de désir revient à
EMPECHER LE MENTAL DE SE TOURNER VERS LES OBJETS.
Sagesse signifie apparition d'aucun objet.
Ne rien chercher qui soit différent du Soi est
DETACHEMENT
ou absence de désir.
NE PAS QUITTER LE SOI EST SAGESSE.

14/LE BONHEUR EST
LA VERITABLE NATURE DU SOI.
Nous imaginons de par notre ignorance
que nous pouvons trouver le bonheur à travers les objets.
Dans les états de sommeil, Samadhi et évanouissement,
et quand l'objet désiré est obtenu,

ou l'objet non désiré est ôté,
LE MENTAL SE TOURNE VERS L'INTERIEUR
ET SE REJOUIT DANS LE PUR BONHEUR DU SOI.

15/REALISER SA PROPRE VERITABLE NATURE
EST LIBERATION.

16/LE SOI EST PRESENT ICI ET MAINTENANT
ET SEUL.

17/L'OBSTACLE EST LE MENTAL.
Il faut parvenir à son extinction,
à la maison ou dans la forêt,
VOS EFFORTS
doivent être produits
ICI ET MAINTENANT
QUEL QUE SOIT L'ENVIRONNEMENT.

18/La sensation "je travaille" est l'obstacle.
Pose-toi la question :
"QUI TRAVAILLE ?".
Ce qui est destiné à arriver arrivera :
si votre destin est de ne pas travailler,
aucun travail ne pourra être obtenu
même si vous cherchez ardemment ;
si vous êtes destiné à travailler, vous ne pourrez pas l'éviter,
vous serez obligé de vous y engager.
AUSSI, LAISSEZ CELA AU POUVOIR SUPERIEUR.
Vous ne pouvez vous en soustraire
ou vous l'imposer à votre guise.

19/Le sommeil n'est pas ignorance,
c'est de nos trois états celui qui est pur.
L'état de veille par contre,
n'est pas connaissance mais ignorance.
Il y a pleine conscience en sommeil
et totale ignorance durant l'éveil.
Notre nature véritable les englobe tous les deux et va au-delà.
LE SOI EST AU DELA
DE LA PAIRE CONNAISSANCE ET IGNORANCE.
Le sommeil, le rêve et l'état de veille sont seulement des états
qui passent devant le Soi.
Ils se manifestent, que vous en ayez conscience ou non.

20/IL N'Y A QU'UN SEUL DIEU,
témoin de tout, sous-tendant toute chose,

absolu, englobant tout.
LE SOI INTERIEUR DE TOUS.

21/Qui, alors, est Dieu ?
Le témoin du mental.
Mon mental est connu par moi-même
QUI SUIS
l'âme individuelle ; ainsi
JE SUIS DIEU.

22/Non apparition du mental est méditation.
Profonde méditation est discours éternel.
LE SILENCE EST PAROLE (discours) QUI NE CESSE,
C'EST L'INEPUISABLE
SOURCE ET MANIFESTATION DU LANGAGE.
Les discours (exposés) peuvent occuper les individus
pendant des heures sans les améliorer.
Le silence par contre est permanent
et bénéficie à toute l'humanité.
LE SILENCE EST ELOQUENCE QUI NE CESSE,
C'EST LE LANGAGUE PAR EXCELLENCE.

23/Comment la parole s'élève-t-elle ?
Il y a une connaissance abstraite de laquelle s'élève l'ego,
qui à son tour donne naissance à des pensées
et des pensées sort le langage parlé.
AINSI, LE LANGAGE PARLE
EST L'ARRIERE-PETIT-FILS
DE SA SOURCE D'ORIGINE.
Mais les gens ne comprennent pas la vérité simple et nue,
la vérité de leur quotidienne, toujours présente,
EXPERIENCE ETERNELLE.
Ils aiment le mystère et non la vérité nue.
Les religions les encouragent dans ce sens pour finalement,
après bien des détours,
LES CONDUIRE AU SOI.

24/Toute sortes de pensées s'élèvent en méditation, c'est normal,
CAR TOUT CE QUI EST CACHE EN NOUS
EST AMENE A S'EXTERIORISER.
Si les pensées ne s'extériorisaient pas,
comment pourraient-elles être détruites ?
Les pensées s'élèvent spontanément
dans le seul but d'être détruites,
donnant ainsi de la force au mental (le rendant moins dispersé).

25/Le même pouvoir qui vous a créé a aussi créé le monde.
S'il peut prendre soin de vous,
il peut de la même façon prendre soin du monde.
SI DIEU A CREE LE MONDE,
C'EST SON AFFAIRE DE S'EN OCCUPER,
PAS LA NOTRE.(voir verset 12).
NOTRE DEVOIR EST D'ETRE
et pas d'être ceci ou cela.
JE SUIS CELUI QUI SUIS
résume toute la vérité.

26/Quelqu'un peut être complètement pris par le monde,
et cependant maintenir une parfaite sérénité mentale.
CETTE PERSONNE EST TOUJOURS EN SOLITUDE.
Une autre peut vivre dans une forêt,
mais être encore incapable de contrôler ses pensées.
On ne peut pas dire d'elle qu'elle est en solitude.

27/La soumission au Soi équivaut à
LA CONNAISSANCE DU SOI,
et tous les deux impliquent nécessairement
LE CONTROLE DE SOI.
L'ego se soumet seulement quand il reconnaît
UN POUVOIR SUPERIEUR.

28/Quand l'eau s'évapore de la mer
et retombe sous forme de pluie sur les reliefs,
elle retourne une fois de plus à la forme de rivière
et se jette à nouveau dans l'océan, sa source.
De la même façon, les âmes individuelles,
durant le sommeil, perdent leurs limites
et cependant, elles retournent à leur état d'individualité,
ceci en rapport avec leur *Sanskaras* ou tendances latentes,
durant les états de rêve et de veille(au réveil).
POUR LA MORT
il en est de même,
L'INDIVIDUALITE
de la personne (l'ego),
qui est le reflet de ses tendances latentes passées,
N'EST PAS PERDUE.

29/LA REINCARNATION n'existe
QUE QUAND L'IGNORANCE EST PRESENTE.
Il n'y a en réalité absolument pas de réincarnation,
aussi bien maintenant que dans le passé,
et il n'y en aura pas plus tard.

Ceci est la vérité.
(parce que dans l'absolu l'ego n'existe pas
et que c'est lui qui est censé se réincarner)

30/LE SOI EST DIEU.
"JE SUIS" EST DIEU.
Si Dieu est séparé du Soi,
il doit être un Dieu sans Soi,
ce qui est absurde.

31/Tout ce qui est demandé pour réaliser le Soi est
DE DEMEURER IMMOBILE
La Bible dit : « demeure immobile (sans pensées)
et sache que JE SUIS Dieu ».
Qu'est-ce qui peut être plus facile que cela ?

32/Dieu illumine le mental et brille à l'intérieur.
On ne peut pas connaître Dieu au moyen du mental,
on peut seulement
TOURNER LE MENTAL VERS L'INTERIEUR
et
LE FONDRE EN DIEU.

33/Ce qui s'élève en ce corps en tant que "je" est le mental.
Quand le mental subtil surgit à travers le cerveau et les sens,
les noms et les formes grossières apparaissent.
Quand il demeure dans le COEUR
les noms et les formes disparaissent.
Si le mental demeure dans le COEUR,
l'ego qui est la source de toute pensée va s'en aller et
LE SOI,
le réel et
ETERNEL "JE"
seul, va briller.

34/LE COEUR
est un autre nom pour
LA REALITE
et il n'est ni à l'intérieur ni à l'extérieur du corps.
IL NE PEUT PAS Y AVOIR
DE DEDANS OU DE DEHORS POUR LUI
PUISQUE SEUL IL EST.
Je ne retiens pour COEUR
aucun organe physique,
aucun plexus nerveux,
ou rien de similaire.

Mais aussi longtemps que l'on s'identifie avec le corps,
il est recommandé de chercher dans le corps
D'OU LA PENSEE "JE" S'ELEVE (quête « où suis-je ? »)
et de s'y fondre à nouveau.

35/La béatitude n'est pas ajoutée à notre nature,
ELLE EST SIMPLEMENT REVELEE,
comme l'est notre état naturel, vrai, éternel et impérissable.
VOUS ETES REELLEMENT
L'ETRE PUR ET INFINI,
LE SOI ABSOLU.
Le seul moyen de se débarrasser de toute souffrance,
est de connaître et
D'ETRE LE SOI.

36/MARIE OU NON, un homme peut réaliser le Soi,
parce que cela est ici et maintenant.
S'il n'en était pas ainsi mais que cela ne puisse être obtenu
que par des efforts, dans un futur plus ou moins proche,
si cela était quelque chose de nouveau qu'il faille acquérir,
cela ne vaudrait pas la peine d'être recherché,
car ce qui n'est pas éternellement présent n'est pas permanent
et pourra aussi être perdu dans le futur.

37/Appelle-le par le nom que tu veux :
DIEU, LE SOI, LE COEUR
OU LE SIEGE DE LA CONSCIENCE,
tous signifient la même chose.
Il faut simplement comprendre que
LE COEUR SIGNIFIE LE VERITABLE
CENTRE DE NOTRE ETRE.
Le centre sans lequel il n'y a rien d'autre.

38/La pure conscience ne peut être divisée,
elle n'est pas dissécable,
elle n'a ni forme ni consistance,
ni dedans ni dehors.
LA PURE CONSCIENCE,
QUI EST LE COEUR,
INCLUT TOUT.
Ceci est la vérité ultime.

39/Quand je suis partout présent dans ma plénitude,
comment pouvez-vous faire *Pradakshina* (tourner autour de moi) ?

40/Le mental qui se fond dans le SOI (COEUR)
EST VRAI NAMASKARAM (salutation)
et non l'acte banal de se prosterner.

41/LE FARDEAU DE LA TERRE
EST PORTE PAR DIEU ;
l'ego qui prétend lui aussi le porter
ressemble aux statues sculptées dans les tours des temples,
qui donnent l'impression d'en supporter le poids.

42/Quand on est en contact avec quelque chose qui fait plaisir
et quand on est délivré de quelque chose d'indésirable,
nous disons que nous sommes heureux.
Un tel bonheur est relatif
et devrait plutôt être appelé plaisir.
Mais les hommes veulent
un bonheur permanent et total.
Celui-ci ne peut résider dans les objets
mais seulement dans l'absolu.
C'est un état de paix
libre de plaisir et de souffrance,
un état neutre.
LA PAIX PARFAITE EST CELLE DU SOI,
SEULE ELLE EXISTE,
C'EST LA (pure) CONSCIENCE.

43/La télépathie ne peut exister sans quelqu'un qui entend
et la clairvoyance sans quelqu'un qui voit.
Quelle est la différence entre entendre de loin et entendre de près ?
C'EST SEULEMENT CELUI QUI ENTEND
QUI A DE L'IMPORTANCE.
Sans celui qui entend il n'y a pas d'audition.
Sans celui qui voit il n'y a pas de vision.

44/Quand des pensées s'élèvent,
LES DETRUIRE COMPLETEMENT,
sans qu'elles ne laissent de trace,
à l'endroit même où elles prennent naissance
EST NON ATTACHEMENT.
De la même façon que le chercheur de perles
plonge au fond de la mer et récolte les perles,
chacun de nous devrait,
ARME DU NON ATTACHEMENT,
PLONGER A L'INTERIEUR DE LUI-MEME
et obtenir
"LA PERLE SOI".

45/L'homme est dérouté par
LES INTERACTIONS DU SOI CONSCIENT
ET DU CORPS INSENSIBLE.
Cette erreur d'appréhension est due à la présence de l'ego
qui s'élève et retombe,
alors que la réalité, elle, reste stable et éternelle.
CHACUN EST CONSCIENT DU SOI ETERNEL,
il en voit combien mourir autour de lui
MAIS SE CROIT ETERNEL,
parce que c'est la vérité.
SANS LE VOULOIR,
LA VERITE NATURELLE S'AFFIRME.

46/IL Y A UN ETAT AU-DELA DE NOS EFFORTS
OU DE NOTRE ABSENCE D'EFFORTS.
Tant qu'il n'est pas réalisé, des efforts sont nécessaires.
Après avoir goûté même une fois à sa félicité,
on essaiera encore et encore de l'obtenir à nouveau.

47/LA GRACE DIVINE EST ESSENTIELLE
POUR LA REALISATION.
Mais cette grâce n'est accordée
qu'à celui qui est un vrai disciple,
QUI S'EST BATTU ARDEMMENT ET SANS RELACHE
sur le chemin de la libération.

48/La lune brille grâce à la lumière réfléchie du soleil.
Quand le soleil s'est couché,
la lune est utile pour distinguer les objets.
Quand le soleil s'est levé, plus personne n'a besoin de la lune
bien que son disque pâle soit visible dans le ciel.
De même en est-il avec
LE MENTAL ET LE COEUR.
Le mental est utile à cause de sa lumière réfléchie (celle du SOI),
qui permet de percevoir les objets.
Quand le mental est tourné vers l'intérieur,
la source d'illumination (LE SOI)
brille de tous côtés d'elle-même
et le mental devient alors pâle et sans utilité,
comme la lune en plein jour.

49/CHRIST EST L'EGO,
LA CROIX EST LE CORPS.
Quand l'ego est crucifié et qu'il meurt,
ce qui survit est

L'ETRE ABSOLU,
et cette survie glorieuse est appelée
RESURRECTION.

50/Les bulles sont nombreuses et chacune différente,
mais l'océan est seulement UN.
De la même manière, les ego sont nombreux,
tandis que
LE SOI EST UN ET SEULEMENT UN.
Toutes les mauvaises qualités sont centrées autour de l'ego,
il n'y a ni bonnes ni mauvaises qualités dans le Soi.
LE SOI EST LIBRE DE TOUTES QUALITES.
QUAND L'EGO S'EN VA (disparaît),
LA LIBERATION RESULTE D'ELLE-MEME.

51/Si LES OBJETS ont une existence indépendante,
s'ils existent n'importe où en votre absence,
alors il vous est possible de vous en éloigner.
Mais ils n'apparaissent pas indépendamment de vous,
ils doivent leur existence à vos pensées, aussi
OU POUVEZ-VOUS ALLER
POUR LEUR ECHAPPER ?

52/L'ego est comme notre ombre projetée sur le sol,
ce serait de la folie que d'essayer de l'enterrer.
LE SOI EST UN SEULEMENT,
LIMITE C'EST L'EGO,
SANS LIMITE C'EST L'INFINI, LA REALITE.

53/Il n'y a pas plus grand mystère que celui-ci :
ETANT LA REALITE NOUS-MEMES,
nous cherchons à
GAGNER LA REALITE.
Nous pensons qu'il y a quelque chose qui cache notre réalité
et que cela doit être détruit avant que
la réalité ne soit acquise.
C'est ridicule.
Un jour viendra où vous rirez vous-mêmes de vos propres efforts.
Ce qui sera ce jour-là
est aussi
ICI ET MAINTENANT.

54/SOIS CE QUE TU ES.
Il n'y a rien qui doive tomber du ciel ou se manifester.
IL FAUT SIMPLEMENT SE DEBARRASSER DE L'EGO.
Qu'est-ce que vous attendez ?

La pensée "je n'ai pas vu", l'envie de voir
et le désir d'obtenir quelque chose,
sont tous le travail de l'ego.
PENSER N'EST PAS VOTRE REELLE NATURE.

55/C'est aussi difficile pour un *Jnani* (un Sage réalisé) de
S'ENGAGER DANS UN PROCESSUS DE PENSEE,
que pour un *ajnani* (quelqu'un qui n'a pas réalisé le Soi) de
S'EN ABSTENIR.

56/LA NAISSANCE DE L'EGO EST APPELEE
LA NAISSANCE DE LA PERSONNE.
Il n'y a pas d'autre sorte de naissance.
Pour ce qui est né, la mort est inévitable.
TUE L'EGO.
Comment la peur de la mort
pourrait-elle alors encore subsister
pour ce qui est déjà mort ?
LE SOI DEMEURE
même après la mort de l'ego.
C'EST LA BEATITUDE,
C'EST L'IMMORTALITE.

57/A LA MORT D'UNE PERSONNE,
ses proches (ceux qui restent) sont malheureux.
Pour ne pas souffrir, il faut cesser de vivre.
Tue celui qui souffre (qui vit),
QUI RESTERA-T-IL ALORS POUR SOUFFRIR ?
L'ego doit mourir,
c'est la seule solution.

58/Même un oisillon n'est protégé par ses parents
que jusqu'à quand ses ailes ont grandi,
il n'est pas protégé pour toujours.
Il en est de même pour les disciples.
J'AI MONTRE LE CHEMIN,
vous devez maintenant
ETRE CAPABLE DE LE SUIVRE
ET DE TROUVER LA PAIX
OU QUE VOUS SOYEZ.

59/LA REALISATION DU SOI
EST L'AIDE LA PLUS GRANDE
QUI PUISSE ETRE RENDUE A L'HUMANITE.
Un Saint aide l'humanité toute entière
sans que cette dernière ne s'en rende compte.

L'aide peut sembler imperceptible,
mais est cependant présente.

60/Vous êtes dans l'eau jusqu'au cou
et pourtant pleurez pour de l'eau.
C'est aussi bien de dire
qu'un poisson dans l'eau a soif,
OU QUE L'EAU A SOIF.

61/Il y a du feu sur l'écran dans une projection de cinéma,
est-ce qu'il brûle l'écran ?
Il y a une cascade d'eau,
est-ce qu'elle mouille l'écran ?
Le feu, l'eau, etc. sont des phénomènes
sur l'écran du Soi,
mais ils ne l'affectent pas.
LE SOI EST CE QU'IL EST :
toujours brillant, toujours stable, immobile et
QUI NE CHANGE PAS.

62/Les illettrés sont certainement mieux
que les lettrés dont l'ego n'est pas détruit
par la recherche du Soi.
La vanité de la connaissance (livresque et intellectuelle)
et le désir d'être apprécié sont condamnés,
mais non l'étude elle-même.
L'ETUDE QUI AMENE
A LA RECHERCHE DE LA VERITE
ET A L'HUMILITE EST BONNE.

63/L'inextricable labyrinthe des différentes écoles
de psychologie et de pensée,
qui disent vouloir clarifier les choses et révéler la vérité,
crée en fait la confusion où elle n'aurait pas lieu d'exister.
Pourquoi la confusion devrait-elle être créée
et ensuite analysée (expliquée) ?
Ah ! Chanceux sont ceux qui ne se sont pas laissés entraîner
sur un tel terrain (dans un tel bourbier).

64/Il n'y a pas de réflexion dans le fond d'un pot vide.
Une réflexion ne se fait que s'il y a de l'eau dedans.
Le verre ne peut pas réfléchir les objets.
Seule la vitre qui est doublée à son dos d'un revêtement opaque
peut réfléchir les objets présentés devant elle.
De la même façon, la pure connaissance
ne contient pas d'objets au dedans d'elle-même,

ni n'en réfléchit au-devant.
Elle reflète simplement le monde avec
L'OUTIL LIMITATIF QU'EST LE MENTAL.

65/Le corps lui-même n'est rien de plus que nos pensées.
Il ne peut pas y avoir de corps en l'absence de pensées.
LE MONDE N'EST QUE SPIRITUEL.
Parce que
VOUS VOUS IDENTIFIEZ AVEC LE CORPS,
vous dites que le monde aussi est physique.
TANDIS QUE CE QUI EST
EST SEULEMENT SPIRITUEL.

66/LA PAIX
est le seul critère de la présence d'un Mahatma.
LE SILENCE
est la plus puissante forme de travail.
Le Guru est tranquille
et chez tous autour de lui, la paix prévaut.
Le silence du Sage est plus emphatique
que toutes les écritures mises bout à bout.

67/LA NON ACTION EST ACTIVITE INCESSANTE.
Le Sage est caractérisé par une éternelle et intense activité,
son immobilité est comme
L'APPARENTE INERTIE D'UNE TOUPIE
qui tourne à toute vitesse.
Sa vitesse réelle ne peut être suivie par l'oeil,
c'est pourquoi elle paraît immobile,
CEPENDANT ELLE TOURNE.
Ainsi en est-il de
L'APPARENTE INACTIVITE DU SAGE.
Immobilité est confondue avec inertie (inactivité).
Il n'en est pas ainsi.

68/MOUNA (silence) EST ELOQUENCE SUPREME.
LA PAIX EST ACTIVITE SUPREME.
Comment ?
PARCE QUE LA PERSONNE DEMEURE
DANS SA NATURE ESSENTIELLE (profonde)
ET IMPREGNE TOUS LES RECOINS DU SOI.
Ainsi, elle a à sa disposition toutes les informations
et la façon de s'en servir quand cela est nécessaire.
C'EST LE PLUS HAUT SIDDHI (accomplissement).

69/LE CORPS EST UN CADAVRE,

aussi longtemps qu'on est en son contact,
ON DOIT SE BAIGNER DANS LES EAUX DU SOI.

70/Les bonnes et les mauvaises tendances sont concomitantes,
les unes ne peuvent exister sans les autres.
Les bonnes tendances qui sont cultivées
devront finalement aussi être détruites par
JNANA, LA CONNAISSANCE.

71/L'HOMME IGNORANT
S'IDENTIFIE AVEC L'EGO
et prend ses activités pour celles du Soi,
TANDIS QUE L'EGO DU JNANI A ETE PERDU,
c'est-à-dire que
TOUTES SES LIMITES (le corps, les conditionnements, etc.)
SONT TOMBEES.
Le Jnani est pleinement conscient
que le véritable état d'être est fixe (immuable),
non concerné par le jeu des actions
qui prend place autour de lui,
sa nature ne change pas,
rien ne peut affecter si peu soit-il son état,
rien de ce qu'il voit ne le touche ;
il demeure toujours lui-même en béatitude.

72/LE VIF DESIR DE REALISER LE SOI
ne peut s'élever qu'à l'état de veille
et les efforts nécessaires ne peuvent être faits
que dans cet état.
A l'état de veille, les pensées empêchent d'accéder
à l'état d'immobilité du sommeil profond.
MEME UN EFFORT MINIME
qui permettra de rendre immobile
UNE PENSEE
même pour un très court instant,
sera d'un très grand bénéfice pour atteindre
L'ETAT DE TRANQUILITE.

73/L'état du Jnani n'est
ni le sommeil ni l'état de veille,
mais intermédiaire entre les deux.
Il y a de la conscience de l'état de veille
et de l'immobilité du sommeil.
C'est l'état de
PARFAITE CONSCIENCE
associé à l'état de

PARFAITE IMMOBILITE.
C'est un compromis des deux.
C’est aussi
L'ETAT ENTRE DEUX PENSEES SUCCESSIVES.
Ce n'est pas l'obscurité mais la béatitude.
Ce n’est pas transitoire mais
C'EST ETERNEL.

74/LE ROYAUME EST A L'INTERIEUR DE VOUS,
dit la Bible, ainsi en est-il.
LES ETRES REALISES le voient en tant que
LE ROYAUME DES CIEUX
alors que
LES IGNORANTS le voient en tant que
CE MONDE.
Ces points de vue différents reflètent
CE A QUOI ON S'IDENTIFIE.

75/Le soleil illumine l'univers, cependant
LE SOLEIL D’ARUNACHALA
est si éblouissant qu'il le rend pâle
et qu'une permanente lumière demeure.
PUISSE ARUNACHALA PERMETTRE
A MON COEUR DE S'EPANOUIR,
pour qu'ainsi cette éternelle lumière
puisse y briller seule.

76/Quelqu'un cherche le bonheur et apprend que
DIEU SEUL EST LA SOURCE DU BONHEUR.
Il prie Dieu et lui rend un culte.
Dieu entend ses prières et lui répond
en apparaissant comme un MAITRE sous forme humaine
dans le but de parler le langage du disciple
et de lui faire comprendre la réalité.
Il lui transmet son expérience
pour qu'il puisse aussi la vivre.
LE SOI EST A L'INTERIEUR.
Dieu, le Maître et le Soi sont donc d'une aide similaire.

77/Le postulat :
DIEU EST INFINI et JE SUIS LIMITE
est contradictoire dans les termes.
L'INFINI ET LA PERFECTION
N'ADMETTENT PAS DE DIVISION.
Si un être limité sort de l'infini,
la perfection de cet infini est gâtée (troublée).

78/Dans le noir un homme imagine
que quelque chose est à côté de lui ;
s'il regarde de plus près, le fantôme s'évanouit
et laisse la place à quelque objet sombre (arbre, poteau, etc.).
S'il n'est pas attentif,
le fantôme sème la terreur chez lui.
Il en va de même avec l'ego, c'est
UN LIEN
non palpable entre le corps et la pure conscience
QUI N'EST PAS REEL.
Si on ne le surveille pas attentivement,
il reste perturbateur.
QUAND ON LE RECHERCHE,
on ne peut que constater
SA NON EXISTENCE.

79/COMMENT PEUT-ON DETRUIRE L'EGO ?
Cette question est le plus sûr moyen de lui plaire (de le chérir)
et non de le tuer.
Comment l'ego pourrait-il être d'accord
pour se tuer lui-même ?
SI VOUS LE CHERCHEZ,
vous allez vous apercevoir qu'il n'existe pas,
QU'IL EST INTROUVABLE.
C'est le plus sûr moyen de le détruire.

80/S'il n'y avait pas de souffrance,
comment pourrait s'élever le désir d'être heureux ?
S'il n'y avait pas ce désir,
comment la recherche du Soi pourrait-elle aboutir ?
Pourquoi et
A QUI CES SOUFFRANCES SONT ELLES APPARUES ?
Si vous enquêtez ainsi,
vous vous apercevrez que le
"JE" n’est
NI LE MENTAL NI LE CORPS
UNIQUES SOURCES DE SOUFRANCES,
mais
LE SOI, le seul état d'être et de béatitude éternelle,
LIBRE DE TOUTES SOUFFRANCES.

81/Les progrès sont ceux du mental, pas du Soi,
LE SOI EST TOUJOURS PARFAIT.

82/On dit communément que le mental est fort

quand il s'active furieusement.
Mais ici,
LE MENTAL EST FORT
QUAND IL EST LIBRE DE PENSEES.

83/LE CONTROLE DE LA RESPIRATION
SERT A MAITRISER LE MENTAL.
Le mental comme la respiration est relatif à l'air,
la nature de mobilité est commune aux deux,
ILS ONT LA MEME SOURCE
et quand l'un est contrôlé,
l'autre l'est aussi.

84/Pourquoi voulez-vous tout connaître du Jnani
(celui qui est réalisé) avant de
VOUS CONNAITRE VOUS-MEME ?
D’abord
TROUVEZ QUI VOUS ETES !
Il n'est pas correct de faire une incantation de
"QUI SUIS-JE ?".
Posez la question une fois seulement
et ensuite concentrez-vous
en cherchant la source de l'ego
et en empêchant l'élévation de pensées.

85/"NE RIEN VOULOIR"
est la plus grande béatitude,
cela ne peut être réalisé que par l'expérience.
Même un empereur ne tient pas la comparaison avec
"UN HOMME QUI NE VEUT RIEN".

86/Bien que l'on puisse apparemment pratiquer la méditation
de différentes manières,
les méthodes se rejoignent et à la fin
DEVIENNENT UN.
Puisque la réalisation n'est que
LA DESTRUCTION DU MENTAL,
tous les efforts ont pour seul but
LE CONTROLE DU MENTAL.
Le mieux est d'adopter
LE CHEMIN CORRESPONDANT A SON ETAT DE MATURITE.

87/Il y a deux procédés :
soit vous vous posez la question
"QUI SUIS JE ?"
soit

VOUS VOUS SOUMETTEZ.
Soumettez-vous A MOI et je ferai
S'ECROULER LE MENTAL.

88/Tout le Védanta est contenu
dans les deux déclarations de la Bible
JE SUIS CELUI QUI SUIS
et
DEMEURE IMMOBILE (sans pensée)
ET SACHE QUE JE SUIS DIEU.

89/Unis-toi à moi pour
DETRUIRE NOS IDENTITES SEPAREES
en tant que toi et moi
et bénis-moi avec l'état de toujours vibrante joie
O ARUNACHALA.

90/Ce que l'on acquiert avec beaucoup
de difficultés et de souffrances,
l'essence même du Védanta,
est facilement obtenu si l'on peut
VOIR DIRECTEMENT CETTE COLLINE
ou simplement
PENSER A ELLE DE LOIN.

91/Si la question est posée :
des trois quelle est la libération finale :
avec forme, sans forme, ou avec et sans forme ?
je dis,
LA LIBERATION EST L'EXTINCTION DE L'EGO
qui pose la question
avec forme, sans forme ou avec et sans forme.

92/ NON ATTACHE AU CORPS PHYSIQUE
composé des cinq éléments, laisse-moi pour toujours
REPOSER EN PAIX
à la vue de ta splendeur,
O ARUNACHALA.

93/Qui a le pouvoir d'exprimer cela par des mots
quand toi-même, dans les temps anciens,
apparaissant comme DAKSHINAMURTI,
ne pouvais le faire que
PAR LE SILENCE ?
Dans le seul but de
DISTILLER TON ETAT TRANSCENDENTAL

PAR LE SILENCE,
Tu t'es manifesté comme cette colline
brillant du ciel (paradis) à la terre.

94/Tout ce qui est vu, considéré comme
UNE ENTITE SEPAREE
indépendante du Soi,
EST IRREEL.
Le vu et le voyant ne sont pas différents.
LE VU PERCU COMME LE SOI EST REEL.

95/L'eau s'évapore de la mer pour devenir nuage, puis pluie,
puis ruisseaux et retourne à sa source, la mer.
RIEN NE PEUT L'EMPECHER DE RETOURNER A SA SOURCE.
De la même manière,
L'AME ISSUE DE TOI
sera obligée de
RETOUNER A TOI,
bien qu'elle puisse faire des détours avant d'y parvenir.
Et quand l'âme trouvera son chemin de retour,
ELLE SE FONDRA EN TOI,
O ARUNACHALA,
Toi océan de béatitude.

96/Bien que la réalité soir habituellement décrite comme :
SAT : existence
CHIT : conscience
ANANDA : béatitude
ce n'est pas une description vraiment correcte,
car en réalité cela ne peut être décrit.

97/Par ces descriptions,
ce que nous essayons simplement de faire comprendre,
c'est que
ce n'est pas ASAT : non existant
que ce n'est pas JADA : sans conscience
et que c'est libre de toute douleur.

98/TU DERACINES L'EGO
de ceux qui méditent sur toi
DANS LE COEUR
O ARUNACHALA.

99/Pourquoi devrait-on avoir peur de l'état dans lequel
TOUTES LES PENSEES CESSENT D'EXISTER
et où le mental est tué ?

N'est-ce pas notre expérience quotidienne durant le sommeil ?
Si nous n'avons pas peur de nous endormir,
je ne vois pas pourquoi
nous devrions avoir peur de
TUER LE MENTAL OU L'EGO
AU MOYEN D'UNE SADHANA OU PRATIQUE.

100/Qu'est-ce que
MUKTI, LA LIBERATION ?
Où est-ce ?
Et où vous trouvez-vous ?
QUELLE EST LA DISTANCE ENTRE VOUS DEUX,
pour que l'on puisse parler de chemin ?
D'abord, trouve
QUI TU ES et OU TU ES,
(quête « qui suis-je ? » et « où suis-je ? »)
et vois alors si ces questions se posent encore.

101/LE SOI N'EST PAS QUELQUE CHOSE
D'ELOIGNE (d'extérieur)
qu'il faille atteindre.
VOUS ETES TOUJOURS CELA (dans le Coeur),
vous avez seulement à
PERDRE L'HABITUDE
DE VOUS IDENTIFIER AU NON SOI.
C'est ce à quoi doivent tendre tous vos efforts.

102/LA GRACE DU GURU
EST TOUJOURS PRESENTE.
Vous imaginez de par votre ignorance
que c'est quelque chose de très haut dans le ciel
et que cela doit descendre
ALORS QU'ELLE EST EN VOUS,
DANS VOTRE COEUR.
Et à l'instant où vous fondez
votre mental dans sa source (le SOI),
LA GRACE JAILLIT
bouillonnante comme une source
DE L'INTERIEUR DE VOUS-MEME.

103/Quand vous prenez une photo,
des sels d'argent recouvrent le film (dans le noir)
et quand le film est exposé (durant une fraction de seconde)
dans l'appareil,
vous obtenez une impression grâce à la lumière extérieure.
Si le film est exposé à la pleine lumière

avant que vous ne le mettiez dans l'appareil,
vous ne pourrez pas obtenir d'impression.
Il en est de même avec le jiva, l'individu,
quand il est encore dans l'ignorance (obscurité),
il peut enregistrer des impressions par
la lumière réfléchie (du Soi) qui pénètre en lui.
MAIS QUAND LA LUMIERE DE LA CONNAISSANCE DU SOI
L'A COMPLETEMENT ENVAHI
PLUS AUCUNE IMPRESSION D'OBJETS EXTERIEURS
NE PEUT ETRE OBTENUE.

104/Non seulement A, RU et NA signifient
ETRE, CONSCIENCE ET BEATITUDE,
mais aussi unité du Soi et de l'âme.
Ainsi, Aruna signifie : CELA TU ES
Achala signifie : FERME DANS LA PERFECTION.

105/Tout le Védanta peut être condensé dans les quatre mots :
Deham : le corps
Naham : je ne suis pas
Koham : qui suis-je ?
Soham : je suis cela
D'abord, il est dit que le corps n'est pas "Je".
La quête "QUI SUIS-JE" permettra de ressentir dans le COEUR
l'omniprésence du SOI, ARUNACHALA
qui brille comme "JE",
comme "CELA JE SUIS".

106/"OU IRAI-JE ?"
et
"OU PUIS-JE ALLER ?"

107/POUR LE JNANI,
CELA A PEU D'IMPORTANCE
QUE LE MONDE APPARAISSE OU NON.
Dans les deux cas, son attention reste toujours
CENTREE SUR LE SOI.
Prenez les lettres et le papier sur lequel elles sont imprimées,
vous êtes entièrement préoccupé par les lettres
et ne portez aucune attention au papier.
Mais le Jnani, lui, ne considère que le papier,
le substratum réel,
que les lettres apparaissent ou non.

108/Toutes les lettres dans ce livre
s'additionnent en une seule

et impérissable lettre.
Cette lettre unique brille d'elle-même pour toujours
A L'INTERIEUR DU CŒUR.
Qui peut espérer l'écrire ?

''

NEUF VERSETS EPARS

Un disciple âgé, Somasundara, supplia un jour Bhagavan d'écrire sur un cahier au moins un Akshara (une seule syllabe).
Un Akshara signifie aussi : "Qui ne se dégrade pas" et désigne Brahman.
Bhagavan écrivit un court épigramme sur la difficulté d'écrire cet Akshara (cela correspond au premier verset). Les autres versets furent écrits à d'autres moments et inclus dans certains poèmes de Muruganar. L'ordre utilisé fut suggéré par Bhagavan.

1/Une syllabe brille pour toujours dans le Coeur en tant que Soi :
qui est là pour l'écrire ?

2/L'incantation qui atteint la source du son qui est aussi celle du "Je" est un bon procédé pour ceux qui ne sont pas fermes en conscience.

3/Celui qui prend le corps générateur d'excréta pour le Soi est pire que celui qui, né cochon, prend pour nourriture les excrétas.

4/Nous appelons amour suprême de Dieu l'incessante recherche du Soi, car c'est en tant que Soi seul qu'il demeure dans le Coeur de chacun.

5/Ce qui, tourné vers l'intérieur, est appelé paix, tourné vers l'extérieur, est appelé pouvoir. Ceux qui ont trouvé et atteint cette vérité connaissent leur unité.

6/Celui qui est content de son sort est libre de jalousie,
satisfait par ce qui vient à lui (richesse ou pauvreté), il n'est pas lié par l'action.

7/Par lui seul qui s'est libéré lui-même, les autres peuvent-ils être libérés !
L'aide de ceux qui ne sont pas réalisés est comparable à l'aide que peut apporter un aveugle à un autre aveugle pour le diriger.

8/Les questions et les réponses sont du domaine de la parole, la dualité leur langage.
Impossible de ne les trouver nulle part dans le monisme (non dualité).

9/Il n'y a en réalité ni création, ni destruction, ni personne qui cherche, qui fait des efforts, ni qui atteint la libération.
Sache que c'est la vérité ultime.

!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!